

スポーツ

彦根市教育委員会後援 水泳教室生徒募集

子どもの健康増進、水泳人口の拡大・レベルアップを図ることを目的とした水泳教室です。

🕒 4月3日～令和5年3月末の第1・3日曜日と第2・4土曜日(月4回)

いずれも8:45～10:00

📍 甲良町保健福祉センター(甲良町) 温水プール

🎯 小・中学生

📋 10人(先着順)

💰 ▶年会費5,000円(スイミングキャップ、保険代などを含む)

▶月謝5,000円

📄 3月20日(日)9:00～10:30に、同センター受付に、年会費・4月分の月謝・印鑑(認印)をお持ちください。

📞 彦根市水泳連盟(上野さん)
☎ 22-7862



健康・福祉

在宅での療養や看取りを考える会 花かたばみの会

住み慣れたわが家で最期を迎えるために、在宅ケアや在宅医療、エンディングノートなどの情報をお伝えします。

🕒 3月19日(土)14:00～16:00

📍 くすのきセンター(八坂町)

💰 参加費200円(茶菓子代)

📞 花かたばみの会(井川さん)

☎・FAX 22-2644

在宅医療・介護連携推進 フォーラム in 湖東

映画「みとりし」の鑑賞を通して、自分らしい生き方、大切な人との過ごし方、望む最期について住民とともに考えます。

🕒 3月12日(土)13:30～15:40(受付12:30～)

📍 多賀町中央公民館「多賀結の森」(多賀町)

📋 150人(先着順)

📄 3月9日(水)までに電話・FAX・申込フォーム(QRコード)のいずれか

📞 (一社)彦根愛知犬上介護保険事業者協議会

☎ 49-2455 FAX 49-2433

医療福祉推進課

☎ 24-0828 FAX 24-5870

シニアライフアップ講座 ～はじめて絵手紙教室～

絵が苦手でも大丈夫!絵手紙を体験してみましょう。

🕒 3月14日(月)10:00～11:30

🎯 市内在住の60歳以上(令和3年3月31日時点)

📋 7人(抽選)

📄 3月1日(火)～同7日(月)(9:00～17:00)に電話

🏠 絵手紙未経験の人に限りです。画材は全て準備します。

📍 市民交流センター(里根町)

☎・FAX 23-3582

【HP番号:14174】



元気21歩こう会

彦根城・梅林を歩きながら梅の香りを楽しみましょう。

🕒 3月21日(月・祝)

13:30～15:00

📍 市立図書館(尾末町)

💰 100円(保険代)

📄 3月4日(金)～同11日(金)に電話(申し込みは参加者本人のみ)

📞 ひこね元気クラブ21事務局(健康推進課内)(月・水・金10:00～16:00)

☎ 080-2944-4281 FAX 24-5870



▲過去に開催した元気21歩こう会の様子(写真の花は平田町のぼたん桜で、今回のコースとは異なります)

介護家族のつどい

「ほっこり」「ほっこり・らぶ」

▶ほっこり(毎月開催)

認知症などの家族を抱える介護者同士が、日頃の思いを共有したり、情報交換などをしたりする会です。

▶ほっこり・らぶ(奇数月開催)

若年認知症などの家族介護の会です。「ほっこり」と同時開催します。

🕒 3月8日(火)13:30～15:00

📍 くすのきセンター(八坂町)

🎯 認知症などの家族を抱える介護者

📋 20人(予約制)

💰 200円(茶菓子代・初回参加の人は無料)

📄 電話

📞 介護家族のつどい ほっこり(簗さん)

☎ 090-7961-3856 FAX 43-4478

3月は自殺対策強化月間です

市では、平成24年からの過去10年間で平均すると、1年あたり20人もの尊い命が自殺で失われており、深刻な状況にあります。

自殺はさまざまな悩みや問題を1人で抱え込んでいるうちに、心理的に追い込まれた末の死と考えられています。あなたの周りに「最近、表情が暗く元気がない」「頻繁に体調不良を訴える」人などはいませんか。

気になる人がいるときは、「どうしたの?」「よかったら話してみて」と声をかけ、抱えている問題を解決するために、次の専門機関や相談窓口につなぎましょう。

▶こころの電話 ☎ 077-567-5560(月～金)10:00～12:00、13:00～21:00(祝日・年末年始を除く)

▶滋賀いのちの電話 ☎ 077-553-7387(金・土・日)10:00～22:00

▶自殺予防いのちの電話 ☎ 0120-783-556 毎月10日8:00～翌日8:00

▶障害福祉課 ☎ 27-9981(月～金)8:30～17:15(祝日・年末年始を除く)

〇こころの悩み相談～ひとりで悩まないで、誰かに相談してみませんか～

🕒 3月19日(土)9:00～16:00 予約制(1人45分)

📍 障害者福祉センター(平田町)

📄 3月14日(月)までに電話またはFAX

📞 障害福祉課

☎ 27-9981 FAX 30-9231

男性介護者のつどい

「彦根こんき会」

認知症などの家族を介護する男性同士で語り合ひましょう。

🕒 3月14日(月)10:30～15:00

📍 市民交流センター(里根町)

🎯 認知症などの家族を介護する男性介護者

💰 200円(昼食代は実費)

📞 家族の会滋賀県支部(小宮さん)

☎ 080-3797-4530

子育て・教育

ウィズおやこ広場

親子で一緒に遊ぶ「室内ゆうえんち」を開催します。

🕒 3月12日(土)10:00～11:30

🎯 乳幼児と保護者

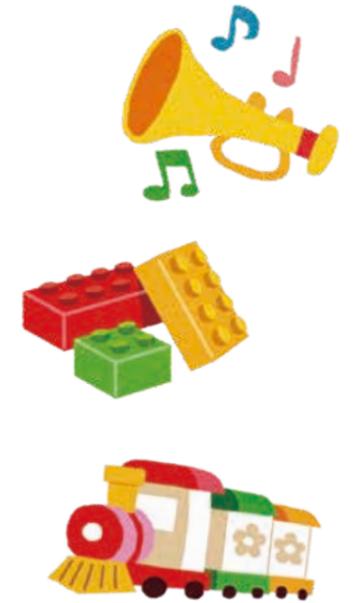
🏠 新型コロナウイルス感染症の感染防止対策として、入場制限することがあります。

📍 彦根市男女共同参画センター「ウィズ」(平田町)

☎・FAX 24-3529

✉ with.hikone@oboe.ocn.ne.jp

【HP番号:18619】



子どもが子どもでいられる街に 知ってください“ヤングケアラー”のこと

ヤングケアラーとは

通常は大人が負うと想定されているようなケア責任を引き受けている子どものこと(参考:(一社)日本ケアラー連盟ホームページ、法令上の定義はありません)

ヤングケアラーが行っているケアの例

▶家族(大人)の代わりに、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。

▶家族の代わりに、幼いきょうだいの世話をしている。

▶精神的に不安定な家族の情緒面のサポート(家族の感情状態の観察をしたり、落ち込んでいる時に元気づけようとしていたりすることなど)をしている。

▶障害や病気のある家族の世話、入浴やトイレの介助をしている。

📞 家庭児童相談室 ☎ 23-7838 FAX 26-1768 【HP番号:18573】

「子どもが子どもでいられること」を守りたい

ヤングケアラーが社会で解決すべき課題とされるのは、子どもがその年齢や成長に見合わない責任や負担を負うことで、育ちや教育、人間関係に影響が生じるなどの恐れがあるためです。

幼い頃から家事や家族の介護・世話をしている子どもにとって、その生活は「当たり前」になっているため、家族外の大人や友達に相談せず、本人がヤングケアラーであると気付いていないケースも多くあります。

ヤングケアラーには、気軽に何でも相談できる環境づくりと周りの人の支えが必要です。

困っている子どもを見聞きしたり、相談を受けたりしたら、下記の問い合わせ先までお知らせください。匿名でも、不確かな情報でも構いません。